Familienrezept: Tofu Piccata



Nahrungsmittel:
Tofu
Parmesan
Eier
Mehl
Senf
Paprika scharf
Pfeffer
Salz



Marinieren: Tofu in Scheiben schneiden, mit Senf und Gewürzen auf beiden Seiten einreiben



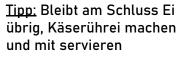
Panade:
Ein Teller mit etwas Mehl
bereitstellen,
in zweitem Teller Eier
aufschlagen und mit
Parmesan mischen



Tofu in Mehl wenden, leicht abklopfen



Tofu in Ei-Parmesan-Masse wenden





Braten: Tofu in heisser Pfanne mit wenig Öl auf mittlerer bis hoher Stufe beidseitig goldbraun braten



Servieren: Am besten direkt servieren (mit Penne und Tomatensauce und evtl. Käse-Rührei)